

LA CHAÎNE DU FROID DES PRODUITS ALIMENTAIRES

Le consommateur a aussi son rôle à jouer



La chaîne du froid, qu'est-ce que c'est ?

C'est maintenir les aliments réfrigérés à une **température basse** qui leur permet de conserver leurs **qualités nutritionnelles** et **organoleptiques** et de les garder **sains**, du lieu de production à la cuisine. Le froid limite voire stoppe la prolifération des micro-organismes. De ce fait les denrées alimentaires périssables doivent être maintenues entre 0°C et +4°C pour les produits très périssables (1) et inférieur à +8°C pour les denrées périssables (2).

Les acteurs de la chaîne du froid

La réglementation française et européenne s'applique à tous les acteurs des différentes filières alimentaires et offre de sérieuses garanties de respect de la chaîne du froid aux niveaux de la **fabrication**, du **stockage**, du **transport** et de la **distribution** des produits. Ainsi, le lait, qui est collecté dans les fermes, est réfrigéré dès la traite.
Le dernier acteur est le **consommateur**. Il doit être vigilant pour poursuivre et maintenir – jusqu'à l'assiette – les efforts menés en amont par les professionnels.

Et la rupture de la chaîne du froid ?

Elle est la conséquence de l'élévation des températures prescrites. Toute hausse de température provoque et accélère la croissance microbienne et réduit la durée de vie du produit : **un produit sain peut devenir un produit à risque,** l'aspect et le goût peuvent se dégrader.
Selon le type de produit réfrigéré, il y a rupture de **la chaîne du froid** dès que la température indiquée sur l'étiquette est dépassée, **au delà de +4°C** pour les produits très périssables(1), **au delà de +8°C** pour les produits périssables(2).

(1) par ex : viandes, produits tripiers, volailles, lapins, préparations de viande, produits traiteurs frais, charcuterie cuite ou à cuire, laits pasteurisés, desserts lactés, fromages frais…
(2) par ex : beurre et matières grasses, produits laitiers frais autres que précédents…

EN CAS DE RUPTURE DE QUELS SONT LES RISQUE

La majorité des intoxications alimentaires est bénigne. Néanmoins, l'élévation de la température peut entraîner la prolifération de certains germes *(salmonella, staphylococcus aureus, listeria monocytogenes…)* et rendre alors le produit dangereux.

GUIDE PRATIQUE DES COURSES : PRENDRE DE BONNES HABITUDES

Ces conseils sont valables quel que soit le lieu d'achat, grande surface ou autre commerce de détail.

❶ **Bien lire l'étiquetage** des produits préemballés, vous y trouverez :

- La **date**, on distingue :
  - **la date limite de consommation (DLC)** exprimée sur les produits réfrigérés par la mention **"à consommer jusqu'au"**. Lorsque cette date est dépassée, le produit est impropre à la consommation.
  - ou **la date limite d'utilisation optimale (DLUO)** exprimée par la mention **"à consommer de préférence avant le"**, pour les produits d'épicerie (biscuits, pâtes, conserves…), les surgelés et les boissons par ex.

LA CHAÎNE DU FROID,
S ENCOURUS ?

Ainsi, la listériose (due à la présence de *listeria monocytogenes*) est une maladie rare mais grave en particulier pour les personnes dont les défenses immunitaires sont affaiblies (femmes enceintes, nourrissons, personnes âgées fragiles, patients immunodéprimés).

Lorsque cette date est dépassée, le produit peut encore être consommé sans risque mais il a perdu une partie de ses qualités nutritionnelles et organoleptiques.

- La **température** à laquelle les denrées réfrigérées doivent être conservées.
- De précieux **conseils d'utilisation.**

❷ **Ordonner ses achats :**

- D'abord les produits non alimentaires puis les produits d'épicerie, conserves, boissons.
- Ensuite les surgelés et glaces à ranger immédiatement dans un sac isotherme (à défaut, les regrouper tous dans un sac ou un carton).
- Enfin les **produits réfrigérés** (viandes, volailles, certaines charcuteries, produits laitiers, produits traiteurs frais…), à placer également dans un sac isotherme.

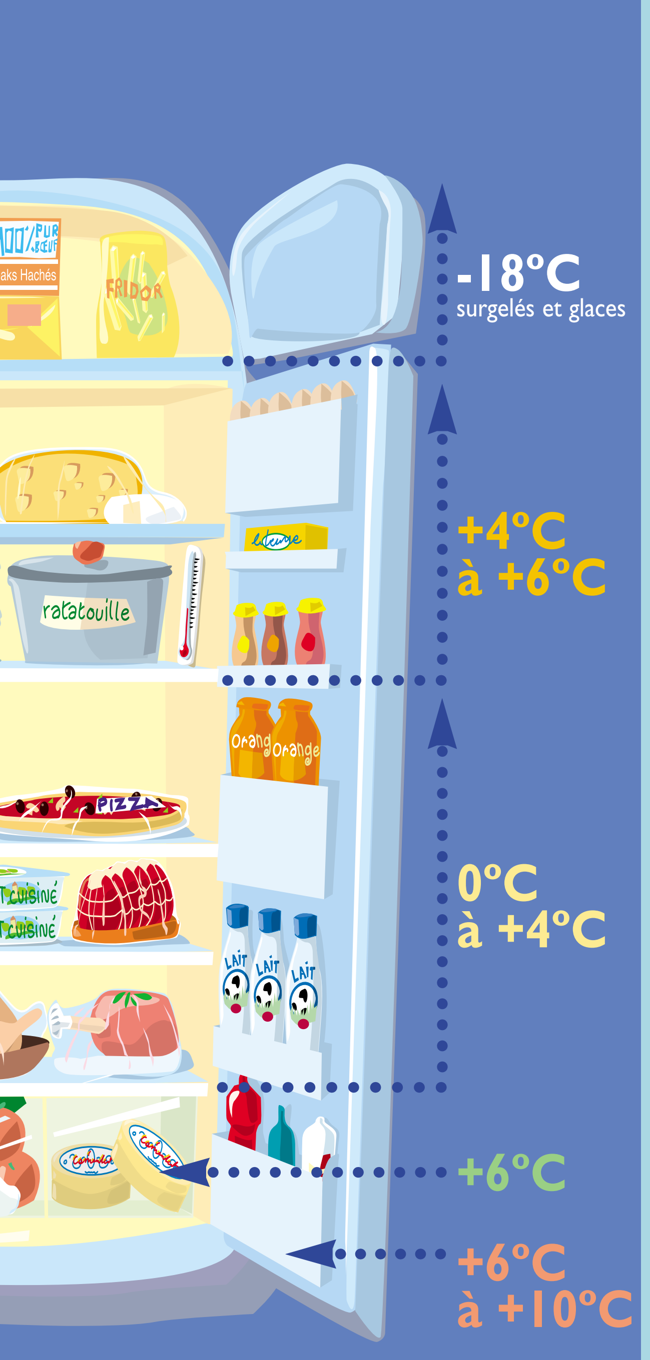
❸ Il est conseillé de **rentrer directement** chez soi après avoir fait ses courses.

BIEN UTILISER LE RÉFRIGÉRATEUR

• Le réfrigérateur est un maillon important de la chaîne du froid. Le consommateur doit l'équiper d'un thermomètre qui permet de repérer la zone froide. Elle doit être à +4°C maximum. Si ce n'est pas le cas, il est nécessaire de régler le thermostat. C'est dans cette zone que doivent être placés les produits très périssables.

Dans un réfrigérateur, la température est rarement uniforme entre le haut et le bas : la zone la plus froide est, selon le modèle, située soit en haut, soit en bas (pour le savoir se reporter à la notice).
Dans le schéma ci-contre elle est en bas.





RANGER LES PRODUITS À LA BONNE PLACE

- **Dans la partie entre +4°C et +6°C, placer par exemple :** préparations maison, légumes et fruits cuits, viandes et poissons cuits faits maison, yaourts et fromages faits à cœur.

- **Dans la partie la plus froide entre 0°C et +4°C, placer par exemple :** viande, charcuteries cuites et à cuire, produits de volaille, poisson, produits traiteurs frais, crèmes, desserts lactés, produits en cours de décongélation, produits frais entamés, fromages frais et au lait cru, jus de fruits frais, salades emballées, plats cuisinés faits maison (plats en sauce, pâtisseries avec crème pâtissière…).

- **Dans le bac à légumes :** légumes et fruits frais lavés, fromages à finir d'affiner (tous les fromages doivent être emballés).

- **Dans la porte :** œufs, beurre, le lait et les jus de fruits entamés, bien refermés.

ET TOUJOURS :

- **emballer séparément les aliments crus et les aliments cuits** avec du papier aluminium ou un film alimentaire,
- **ôter le suremballage carton ou plastique,** uniquement si les indications nécessaires (DLC, température, mode d'emploi...) figurent sur l'emballage qui est au contact du produit,
- ne pas laisser trop longtemps les produits réfrigérés hors du réfrigérateur,
- mettre à l'avant les produits dont les dates limite de consommation sont les plus proches,
- placer les **restes dans des emballages fermés** et les consommer très rapidement,
- **se laver les mains** avant de toucher les aliments, entre chaque manipulation de produits différents et au moment de passer à table,
- laver une à deux fois par mois son réfrigérateur à l'eau savonneuse. Le rincer à l'eau javellisée.



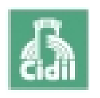
Attention, quel que soit le produit, dès l'instant où l'emballage a été ouvert, la date limite de consommation est raccourcie. Le produit doit donc être consommé rapidement. Dans tous les cas, ne pas consommer un produit dont la DLC est dépassée.

Rappelez-vous : lisez bien sur l'emballage la température à laquelle le produit doit être conservé : si elle est inférieure ou égale à 4°C, placez le produit dans la partie la plus froide du réfrigérateur.

Vouloir une alimentation saine est légitime de la part du consommateur mais il a son rôle à jouer dans le maintien de la chaîne du froid en appliquant quotidiennement des règles d'hygiène simples mais essentielles.











Ministère de l'Agriculture et de la Pêche
Direction Générale de l'Alimentation



Ministère de l'Emploi
et de la Solidarité
Secrétariat d'Etat à la
Santé et aux handicapés
Direction Générale
de la Santé







Ministère de l'Economie, des Finances et de l'Industrie
Secrétariat d'Etat aux petites et moyennes entreprises,
au commerce, à l'artisanat et à la consommation
Direction Générale de la Concurrence, de la
Consommation et de la Répression des Fraudes